

Директор МБОУ СОШ №9 г. Азова
Е.В. Карасев

М Е Н Ю горячего питания учащихся

"23" Января

20:2024г.

Возрастная категория: 7 - 11 лет.

прием пищи	Раздел	№ рецеп.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак		302/сб.уо	Каша гречневая молочная с маслом и сахаром	200/15/10	31,58	238,000	6,100	11,020	32,080
		97/2004	Сыр твёрдый	15	15,50	54,000	3,480	4,425	0,000
		пром.	Хлеб пшеничный	50	3,41	117,500	3,950	0,500	24,150
		пром.	Хлеб ржаной	20	1,31	34,600	1,320	0,240	6,680
		693/уо	Какао с молоком	200	12,50	118,670	4,200	3,627	19,960
				510	64,30	562,770	19,050	19,812	82,870
Обед		151/1996	Суп-лапша домашняя	250	9,93	112,000	0,001	16,480	5,150
		54-12м	Плов с курицей	200	29,30	314,600	18,300	8,100	33,200
		табл		60	6,50	61,200	1,230	1,112	9,800
		пром.	Хлеб пшеничный	60	4,10	141,000	4,740	0,600	28,980
		пром.	Хлеб бородинский	30	1,97	52,000	1,980	0,360	10,020
		590/94	Кисель из свежих плодов или ягод	200	12,50	121,000	0,001	0,130	30,450
				800	64,30	801,80	26,25	26,78	117,60